



Lundi 2

Potage au potimarron
3-11

Blanquette de veau, carottes, pdt
naturels
1-3-11

Gaufre
1-2-4-11

Mardi 3

Minestrone
1-3-11

Chili Sin Carn (Haricot rouge), riz
complet
1-3-9-11-14

Mandarine

Jeudi 5

Potage aux champignons
3-11

Steak haché, laitue, potatoes
1-3-11

Poire

Vendredi 6

Potage aux épinards et
fromage frais
3-11

Pâtes complètes, saumon,
sauce boursin et courgette
1-3-4-6-11-13
Banane

Lundi 9

Potage aux chicons
3-11

Lasagne végétarienne (Quorn)
1-3-11

Crème chocolat
1-2-4-11

Mardi 10

Potage aux oignons
3-11

Pain de volaille, coleslaw, pdt
rissolées
1-3-4-5-11

Pomme

Jeudi 12

Potage aux panais
3-11

Vol au vent, champignons, riz complet
1-2-3-4-5-9-11-14

Riz au lait
2-4-11

Vendredi 13

Potage aux 4 légumes
3-11

Cabillaud, sauce blanche,
poireaux, blé dur
1-3-6-9-11-13

Kiwi

Lundi 16

Potage aux choux
3-11

Poulet curry, poivrons, quinoa
1-2-3-9-11

Orange

Mardi 17

Potage aux poireaux
3-11

Gnocchis, crème de courgettes,
lentilles
1-3-11

Cookies
1-2-4-9-11

Jeudi 19

Potage aux tomates
3

Blanc de dinde, sauce à l'échalotte,
haricots beurre, grenailles
1-3-11

Poire

Vendredi 20

Potage au cerfeuil
3

Poisson pané, sauce tartare,
purée aux épinards
1-3-6-9-11-13

Brownies chocolat
1-2-4-11

Lundi 23

Potage au céleri vert
3

Boulettes végé, sauce liégeoise,
salade, pdt rissolées
1-2-3-4-5-9-11-14

Mandarine

Mardi 24

Potage aux salsifis
3

Saucisse de volaille, potée aux
choux
1-3-4-5-11

Crème vanille
1-2-4-11

Jeudi 26

Potage aux navets
3

Hachis parmentier
(porc/bœuf, épinards)
1-2-3-4-5-9-11-15

Compote pommes-poires

Vendredi 27

Potage aux carottes
3

Saumon, poêlée de légumes,
rosties
1-3-6-11-13
Chocolat
1-2-4-8-11

Lundi 30

Bouillon de légumes
1-3-11

Blanc de volaille, sauce sambre et
meuse, salade, pdt rissolées
3-4-5-11

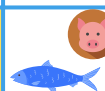
Yaourt aux fruits
11

Mardi 31

Potage aux courgettes
3

Pain de viande, jus de cuisson,
salade de concombre à la grecques,
orzo (pâtes grecques)
1-2-3-4-5-12

Kiwi



Alternative sans porc proposée

Poissons issus d'une aquaculture responsable



Menu végétarien

Allergènes alimentaires (pour toutes questions sur les allergènes, merci de contacter le
secrétariat de l'école)

1.
Gluten

2. Fruits
à coque

3.
Céleri

4.
Œuf

5.
Moutarde

6.
Poisson

7.
Sésame

8. Ara-
chide

9. Soja

10. Lupin

11. Lait

12.
Mollusques

13.
Crustacés

14. Anhydride
sulfureux et
sulfites



Des fruits et légumes de saison dans les menus de la cantine !

Vive le printemps ! C'est la saison parfaite pour consommer des fruits et légumes belges. Découvrez ci-dessous les fruits et légumes belges de mars à juin :



Pour un fruit comme pour un légume, la saison commence lorsqu'il est mûr et prêt à être récolté. Certains peuvent aussi se conserver et être mangés plus tard. **À la cuisine centrale du CPAS, les produits de saison sont préparés par les cuisiniers afin de proposer des menus de qualité !**



Les fruits :

• En récolte :



FRAISE



RHUBARBE

• En conservation :



POIRE



POMME



NOIX



NOISETTE

Les légumes :



POIREAU



ROQUETTE



SALADE
ICEBERG



SALADE LAITUE
POMMÉE



POURPIER D'HIVER



SALADE DE BLÉ
OU MÂCHE



CERFEUIL



CRESSON



ASPERGE



OIGNON



NAVET



ÉPINARD



CHICON



RADIS ROSE

Après l'hiver, cap sur les fruits et légumes belges !
Frais, colorés et riches en vitamines, ils redonnent énergie et goût aux repas.
De saison et locaux, ils invitent toute la famille à savourer le printemps dans l'assiette.

